****

**ママふれあいサークル**

ママと、これから

ママになる　の　ための　サークルです。

いつ？　130 ()

10:00～11:45

どこ？　てセンター（いずみ）

　☎　 　センター

(23-4511)

**20181**

**（やさしい）**

**・の（1）**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | |
| ひにち | | |  | | ☎ |  | |
| ・8:30～16:00  (は18:30～21:00) | | |  | | 25-3935 | 21－1 | |
| **(・くに　を　してください)** | | | | | | | |
| ひにち |  | | | | ☎ | |  |
|  | こどもクリニック | | | | 35-2622 | | 2-1-1 |
|  |  | | | | 35-3511 | | り5-20 |
|  | たかはし | | | | 35-6668 | | り1-30 |
|  |  | | | | 35-2927 | | り5-22 |
|  |  | | | | 35-4006 | | 3-12 |
|  | いとうファミリークリニック | | | | 35-0035 | | り11-14 |
| 21 | クリニック | | | | 35-2917 | | 1-1-32 |
| 28 | こどもクリニック | | | | 35-2622 | | 2-1-1 |
| **（9：00～12：00）** | | | | | | | |
| ひにち | |  | | ☎ |  | | |
|  | |  | | 44-5578  56-6480 | 88−1  131 | | |
|  | |  | | 23-5226 | 1-29 | | |
|  | | さくらば | | 47-2033 | 117-1 | | |
|  | | おおたに | | 22-8148 | 324−3 | | |
|  | | ちだ | | 41-3322 | 3-1-7 | | |
| 21 | |  | | 51-8820 | 5-1 | | |
| 28 | | はたけやま | | 35-8811 | 3-1-26 | | |
| ★**こども (019-605-9000) 19:00～23:00** | | | | | | | |

**30　の　けつけが　はじまりました。**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | | の　　を　 するための　お | で　する ための　お（） |
| など |  | ５まで | １ |
|  | 10まで | １ |
| など | | 10まで | ２ |
| など | | 25まで | ４ |

※このは　　です。  
201710日より　から　に　んでいる、を　きちんと　っている が します。しみのなどを　に　してください。

　☎　 （） （35-2111 内線412）

(7)は　131()までにってください。

　☎　 ()

(24-2111・341）

**（おはかかりません）**

で　したいときは、が　できると　に　てください。、　などの　が　できます。　(ビザ)の　は　できません。※で がです。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| どこ？ | いつ？ | |
| () | 1() | 10:00～4:00 |
| () | 123() |

【】

ILC

【やさしい】

**えさしの**

10,000のおもちゃ、400gの、5,000のすしなど、おが　たくさん！　、せんべいが　もらえます。

いつ？ 1()、()、()

1:00～3:00

どこ？ えさしの

いくら？ ￥500(～￥600)

　☎　 えさしの(35-7791)

※で　してください。

**どんと**

おの　りを　きます。1、がでいられるように、においをします。

いつ？1（） く～10:30

9:30から　に　おいする　を　します（）。10:00からまきです。おの　りは10:30までに　ってきてください。

(ビニール、プラスチックは　だめです。)

どこ？　り（）

　☎　 (35-2514)

**イベント**

**り**

6の　（り）や　を　ることが　できます。おは　かかりません（）。

いつ？　121 （）13:00～

（12:30から　に　入れます。）

どこ？　ふれあいセンター

　☎　　（）

（56-2111・256）

|  |  |
| --- | --- |
| **（ゴミ・リサイクル・バス）** | |
| **ごみ・リサイクル** | |
| ＜＞ ・1230()から1()までゴミをあつめません。  ・の　ゴミをあつめる： →とに　ゴミを　めている　ところは、1228()。 →とに　ゴミを　めている　ところは、1229()。  ※燃えないごみは1227()まで  ＜・・・＞カレンダーの　りです。 | ＜＞ ・1２31 ()の　リサイクル は　おみです。  ・リサイクルは  1()からです。  ＜・・・＞ カレンダーの　りです。 |
| センター(24-5821)で1229()までゴミをでます(8:45～4:45)。は１() からです。 | |

400の が ある おりです。

いつ？ 1（） 6～21の

どこ？

　☎　 ()

（35-2111 211）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **バス** | | | | | |
|  | バス | コミュニティバス〔Ｚバス〕 | バス  〔ハートバス〕 | コミュニティバス〔バス〕 | なか  バス |
| 12／29（） | いつもとじ ダイヤ | いつもとじ ダイヤ | おみ | いつもとじダイヤ | いつもとじダイヤ |
| 12／30（） | おみ | おみ |
| 12／31（） | ・の ダイヤ | おみ |
| １／１（） | おみ |
| １／２（） | ・の ダイヤ |
| １／３（） |
| １／4（） | いつもとじ ダイヤ | いつもとじ ダイヤ | いつもとじダイヤ | いつもとじダイヤ | いつもとじダイヤ |

**、は スキーレンタルが**

の　・は　スキー、スノーボードなどを　(￥0)で　かりられます。

いつ？　・スキー:1223～311

　　　　ひめかゆスキー:1223～3

　　　　※1228～1は　きます。

・・の、などを　せてください。

★ゲレンデ

・スキー: ☎39-2105

http://www.esashi-iwate.gr.jp/koeji

・ひめかゆスキー: ☎49-2105

http://www8.plala.or.jp/himekayu

・スキー: ☎52-6411

https://www.facebook.com/KunimidairaSki

**スポーツ・**

**Zアリーナスポーツまつり**

チームで てください。5から られます。(1人、5人、2人)

いつ？ 2 ()8:30～3:00

どこ？

いくら？ ￥1,000／チーム

※しみは 128 ()まで　です。

しみの紙を してください。

　☎　 (22-7000)

**ホーム**

**※34までのの　ための　です。**

★()

いつ？ 122～2　7:00～9:00

(よう・で3)

どこ？ センター

？ 20人

いくら？ ￥500

※しみは 117()まで　です。

★ボルダリング

いつ？ 2 ()9:00～11:00

どこ？ クラムボンクライミング()

？ 20人

いくら？ ￥2,000

※しみは 130()まで　です。

　☎　 ホーム(24-2917)

　　　 サテライト(35-7011)

　　　 サテライト(47-0527)

**いきいきスポーツランド**☎56-7290

★スマイルボウリング

チームで てください。から られます。

1チーム5人(3人まで)です。

いつ？ 113()　9:00～12:00

(よう・で3)

チーム？ 8チームまで

いくら？ ￥2,000／チーム

※しみは 112までに で おいします。

★コンディショニング

いつ？ 121()　10:00～11:00

いくら？ ￥200、300円、

　　　　 ～￥500

※しみは 120までに で おいします。

【】

ILC

【やさしい】